

ZOU XIANG CHENG GONG

# 走向成功

——大学生就业指导

编 著 安徽理工大学就业指导教研室



东南大学出版社

# 走向成功

——大学生就业指导

安徽理工大学毕业生就业指导教研室 编

## 图书在版编目(CIP)数据

走向成功:大学生就业指导/安徽理工大学毕业生就业指导教研室编. —南京:东南大学出版社,2005.8

ISBN 7-5641-0082-6

I. 走... II. 安... III. 大学生—就业—基本知识  
IV. G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 078786 号

---

出版发行 东南大学出版社  
出版人 宋增民  
社 址 南京市四牌楼 2 号  
邮 编 210096  
电 话 83795993/83362442(传真)  
网 址 <http://press.seu.edu.cn>  
经 销 全国各地新华书店  
印 刷 大丰市科星印刷有限责任公司印刷  
开 本 850mm×1168mm 1/32  
印 张 10  
字 数 250 千字  
版 次 2005 年 8 月第 1 版 2005 年 8 月第 1 次印刷  
定 价 15.00 元

---

(若有印装质量问题,请同读者服务部联系。电话:025-83792328)

# 前 言

就业,是摆在每一个即将完成学业的大学生面前的全新课题,也是一个大学生人生道路中的重大转折。就业是一个十分复杂的社会问题,受社会、经济、政治和个体等多种因素影响。加强对即将毕业的大学生的就业指导,帮助他们树立正确的择业观,正确行使自主择业权,提高就业能力,选择既适合自身发展又适应社会需求的职业,实现自己的人生价值和社会价值,是高校教育工作者特别是从事就业工作的同志义不容辞的责任。

近几年,由于高校招生规模扩大,毕业生数量急剧增加,毕业生就业也越来越受到各级政府、高校和社会各界的关注。目前,我国积极落实科学发展观,经济平稳快速健康发展,为毕业生就业创造了许多有利的条件;加入 WTO 后,我国融入国际经济发展秩序的步伐加快,给毕业生就业带来严峻挑战的同时,也创造了更加广阔的就业市场和逐步完善的就业环境。但是,由于我国正处在社会转型时期,社会的经济成分、组织形式、利益关系和分配方式日益多样化,毕业生就业中供需的结构性矛盾越来越突出,毕业生就业竞争越来越激烈,就业压力越来越大。同时,毕业生第一次步入社会,缺乏对社会和用人单位的全面了解。一些毕业生缺乏正确的就业观、择业观,缺乏社会经验和就业技巧,面对激烈的竞争,不能恰当定位,结果错失良机;一些毕业生无所适从,甚至程度不同地产生胆怯、紧张、恐惧等心理,对他们的就业产生不利影响。所以,对即将毕业的大学生开展就业指导意义十分重大。一个人的职业选择不是一次性的,人的一生可能会经历很多次职业选择。大学生接受系统的就业指导,不仅对初次就业有帮助,而且对以后

的职业发展也会有所帮助,受益终生。

安徽理工大学始建于1945年,在近六十年的办学过程中,学校始终坚持以人为本的办学理念,不断强化质量意识,培养德智体美全面发展的人才,形成了“厚基础、重实践、求创新、高素质”的育人特色,积淀了“志存高远、追求卓越、崇尚规范、勤奋务实”的校园文化传统,为国家培养了6万多名德才兼备的优秀人才,为我国社会主义现代化建设和科学技术的进步做出了重要贡献。

毕业生就业工作是我校的一项极其重要的工作。就业指导是毕业生就业工作的重要组成部分。我校是较早对即将毕业的学生开展就业指导的学校,1994年开设了就业指导系列讲座,1996年把它作为选修课开设,2003年作为必修课在毕业班中开设,并列入全校教学计划。近年来,我校毕业生就业工作成绩突出,其中,毕业生就业指导课发挥了重要作用。2001~2004年,学校本科毕业生一次就业率连续位居安徽省高校前列。学校曾先后获得“全国普通高校毕业生分配工作推进改革奖”、“安徽省普通高校毕业生就业先进集体”、“全国普通高校毕业生就业工作先进集体”等荣誉称号。

在长期的工作中,我校也积累了丰富的就业指导经验。这本凝聚了我校毕业生就业工作者智慧和心血的《走向成功——大学生就业指导》,理论联系实际,不仅涵盖了国家有关毕业生就业的方针和政策、大学生求职择业的决策原则、择业程序和签订就业协议书应注意的问题以及如何正确理解“自主择业”和学校有关毕业生就业的政策规定,同时还注意到了毕业生的法律意识和择业过程中自身合法权益的维护,以及不同类型的毕业生的就业指导和实际择业的技巧等内容。它既是即将走向社会的大学生择业就业的指南和参谋,又是从事就业工作同志乃至承担就业指导课教师的有益读本。

郭长海  
二〇〇五年五月

# 目 录

<b>第一章 大学生就业制度及就业市场</b> .....	(1)
第一节 招生并轨后毕业生就业工作的基本方针是什么 .....	(1)
第二节 什么是“双向选择”、“供需见面” .....	(1)
第三节 大学生接受就业指导有何重要意义 .....	(2)
第四节 学校在毕业生就业中的主导作用体现在哪些方面 .....	(4)
第五节 实行“双向选择”,为什么仍要求毕业生在一定的范围内选择就业 .....	(5)
第六节 自主择业后大学生还需要就业指导吗 .....	(6)
第七节 近几年我校毕业生就业的主要流向有何特点 .....	(7)
第八节 大学生就业市场的形式及特点 .....	(7)
第九节 大学生就业市场的发展趋势是什么 .....	(8)
第十节 参加毕业生就业市场应注意哪些问题 .....	(10)
第十一节 中国《人才市场管理规定》中规定哪五类人员不得参加市场招聘 .....	(11)
<b>第二章 大学生职业生涯规划与择业决策</b> .....	(13)
第一节 职业的特征与功能是什么 .....	(13)
第二节 社会职业可分为哪些类 .....	(15)
第三节 大学生如何进行职业生涯规划设计 .....	(16)
第四节 大学生择业原则是什么 .....	(20)

---

第五节	大学生择业决策有哪几种类型 .....	(24)
第六节	你适合做什么工作 .....	(25)
第七节	你适合当企业家吗 .....	(27)
第八节	毕业生如何拟订择业方案 .....	(29)
第九节	为什么要树立先就业后择业的观念 .....	(31)
第十节	影响毕业生择业决策的因素是什么 .....	(32)
第十一节	毕业生如何选择职业 .....	(33)
第十二节	大学生在择业过程中应禁忌什么 .....	(48)
第十三节	你的创造力如何 .....	(50)
第十四节	大学生如何创业 .....	(53)
第十五节	大学生自主创业应注意哪些问题 .....	(55)
第十六节	高校毕业生各专业前景如何 .....	(61)
第十七节	加入 WTO 后哪些行业可获高薪 .....	(62)
第十八节	各类职业资格考试知多少 .....	(63)
<b>第三章</b>	<b>择业的知识技能准备及心理调适 .....</b>	<b>(73)</b>
第一节	大学毕业生应具备什么样的基本能力 .....	(73)
第二节	大学毕业生应具备什么样的文化基础知识 .....	(78)
第三节	各类职业素质要求是什么 .....	(81)
第四节	在职场中,哪八类人难就业.....	(90)
第五节	什么样的毕业生不受社会欢迎 .....	(91)
第六节	影响大学生择业的心理因素有哪些 .....	(93)
第七节	如何做好择业前的心理准备 .....	(96)
第八节	毕业生择业有哪些常见的心理误区和障碍 .....	(99)
第九节	择业过程中出现心理问题应如何进行自我调适 .....	(102)
第十节	如何增强你的自信心.....	(107)

---

<b>第四章</b>	<b>大学生求职择业的基本程序及途径</b> .....	(108)
第一节	毕业生求职择业的主要环节是什么 .....	(108)
第二节	我校毕业生就业工作的基本程序和主要时间安排 .....	(112)
第三节	毕业生如何确立择业目标 .....	(113)
第四节	收集毕业生需求信息的主要渠道有哪些 .....	(114)
第五节	如何筛选用人信息 .....	(114)
第六节	签订协议书的基本程序是什么 .....	(116)
第七节	签订协议时应注意哪些问题 .....	(116)
<b>第五章</b>	<b>就业协议及劳动合同</b> .....	(118)
第一节	就业协议的主要条款有哪些 .....	(118)
第二节	劳动合同的基本内容是什么 .....	(123)
第三节	劳动合同关系的法律特征是什么 .....	(124)
第四节	就业协议与劳动合同有什么区别 .....	(125)
第五节	签订就业协议书和劳动合同应注意哪些问题 .....	(127)
第六节	劳动者可享有哪些合法权益 .....	(128)
第七节	毕业生在择业过程中对自身权益如何保护 .....	(131)
第八节	什么叫无效协议 .....	(133)
第九节	毕业生违约会产生哪些后果 .....	(133)
第十节	毕业生违约了怎么办 .....	(134)
第十一节	关于劳动合同的解除 .....	(136)
第十二节	如何保护求职者试用期的合法权益 .....	(138)
<b>第六章</b>	<b>大学生求职择业方法与技巧</b> .....	(141)
第一节	大学毕业生如何掌握择业技巧 .....	(141)
第二节	毕业生在填写推荐表或自荐表时应注意什么	



---

.....	(147)
第三节 毕业生如何向用人单位自我推荐.....	(150)
第四节 毕业生与用人单位“双向选择”应作哪些准备 .....	(150)
第五节 毕业生如何写自荐信.....	(151)
第六节 写求职信时需要避免哪些错误.....	(160)
第七节 面试礼节应注意哪些问题.....	(162)
第八节 求职打电话有哪“四忌”.....	(163)
第九节 信函自荐有什么技巧.....	(164)
第十节 参加笔试有什么技巧.....	(166)
第十一节 怎样写个人简历及其说明信.....	(167)
第十二节 面试的一般程序是什么.....	(169)
第十三节 怎样应对主考官.....	(170)
第十四节 面试中的注意事项是什么.....	(174)
第十五节 面试者常问的问题有哪些.....	(175)
第十六节 如何在面试中应付自如.....	(180)
第十七节 面试结束后的有关事项是什么.....	(181)
第十八节 网上求职有何技巧.....	(183)
第十九节 网上求职应避免哪些错误.....	(184)
第二十节 怎样向招聘者提问题.....	(185)
第二十一节 求职过程中应防备哪些陷阱.....	(186)

## 第七章 不同类型的毕业生、不同用人单位的就业指导

.....	(187)
第一节 长线专业的毕业生就业时应注意哪些问题.....	(187)
第二节 国家关于定向、委培毕业生就业规定.....	(187)
第三节 研究生求职择业时应注意哪些问题.....	(188)

---

第四节	女大学生求职择业时应注意哪些问题·····	(188)
第五节	大学生当兵的有关问题·····	(190)
第六节	公务员考试与毕业生素质·····	(192)
第七节	选择单位应注意什么问题·····	(194)
第八节	你知道跨国公司需要什么样的人吗·····	(195)
第九节	到外企面试应注意什么·····	(196)
第十节	如何考察民营企业·····	(198)
第十一节	什么是人事代理? 哪些单位接收大中专毕业生 必须到市人才交流中心办理人事代理手续 ·····	(200)
<b>第八章</b>	<b>就业政策与派遣报到须知</b> ·····	<b>(201)</b>
第一节	高校毕业生就业工作的指导思想和基本原则 ·····	(201)
第二节	国家关于“并轨”后招收的高校毕业生就业政策 是什么·····	(201)
第三节	毕业研究生就业政策是什么·····	(202)
第四节	关于评选“双优生”有什么规定·····	(202)
第五节	国家关于选调优秀毕业生到基层培养锻炼有何 规定·····	(202)
第六节	大学生志愿服务西部和志愿服务基层计划有何 规定·····	(203)
第七节	制定就业方案和派遣毕业生的依据是什么·····	(203)
第八节	毕业生与用人单位签订就业协议后有何要求 ·····	(204)
第九节	就业协议书为什么要经安徽省大中专毕业生就业 指导中心鉴证·····	(204)
第十节	国家关于患病不能坚持正常工作的毕业生就业有	

何规定·····	(205)
第十一节 国家关于申请自费出国(境)的毕业生就业有何规定·····	(205)
第十二节 国家对结业生就业有何规定·····	(205)
第十三节 对不服从分配的毕业生如何处理·····	(206)
第十四节 毕业生在什么情况下可申请改派调整? 改派调整的手续是什么·····	(206)
第十五节 毕业生就业后档案如何转移? 户口关系如何转移和入户·····	(207)
第十六节 毕业生党团组织关系如何转接·····	(207)
第十七节 毕业生就业报到证有何作用·····	(207)
第十八节 就业报到证丢失怎么办·····	(208)
第十九节 毕业生离校到用人单位报到前应注意哪些事项·····	(208)
第二十节 毕业生到用人单位报到时应注意哪些事项·····	(209)
第二十一节 毕业生个人要求用人单位退回,学校还受理吗·····	(209)
第二十二节 毕业生因表现不好而在报到后被用人单位退回怎么办·····	(209)
第二十三节 毕业生报到时用人单位拒绝接收怎么办·····	(210)
第二十四节 毕业生的档案能否自带? 毕业生的档案中应包括哪些材料·····	(210)
<b>第九章 适应社会 走向成功</b> ·····	(212)
第一节 怎样才能尽快实现从学生到社会工作人员的转变·····	(212)

---

第二节	如何积极主动地适应社会呢·····	(213)
第三节	毕业生如何顺利渡过适应期,树立良好的第一印象 ·····	(215)
第四节	怎样做好你的第一份工作·····	(216)
第五节	如何处理好工作中的人际关系·····	(218)
第六节	怎样与你周围的同事相处·····	(221)
第七节	怎样处理好与上级领导的关系·····	(225)
第八节	个人事业怎样做才能取得成功·····	(228)
第九节	毕业生如何处理好事业、恋爱、婚姻的关系·····	(232)
<b>第十章</b>	<b>有关法律、文件选编</b> ·····	<b>(234)</b>
	中华人民共和国劳动法·····	(234)
	中华人民共和国合同法(总则)·····	(249)
	中华人民共和国企业劳动争议处理条例·····	(267)
	普通高等学校毕业生就业工作暂行规定·····	(273)
	安徽省人事代理办法(试行)·····	(283)
	安徽理工大学毕业生就业工作实施办法·····	(286)
	安徽理工大学关于进一步做好毕业生就业推荐工作的若干 规定·····	(296)
	安徽理工大学关于评选安徽省普通高等学校品学兼优毕业 生实施细则·····	(298)
	安徽理工大学毕业生就业工作“一把手工程”实施细则 ·····	(300)
	<b>参考文献</b> ·····	<b>(305)</b>
	<b>后 记</b> ·····	<b>(306)</b>

# 第一章 大学生就业制度 及就业市场

## 第一节 招生并轨后毕业生就业工作的 基本方针是什么

随着高校招生“并轨”改革的完成,毕业生应在国家就业方针、政策指导下,依据《普通高等学校毕业生就业工作暂行规定》,通过“供需见面”、“双向选择”在一定范围内自主择业。在规定时间内,已落实工作单位的毕业生,国家负责派遣。对毕业时尚未找到工作单位的毕业生,将按照有关文件规定,派回家庭所在地,自主择业。国家鼓励毕业生利用所学的专业知识自主创业。

## 第二节 什么是“双向选择”、“供需见面”

“双向选择”是指毕业生与用人单位相互选择、通过签订协议确定就业,体现单位自主选择毕业生、毕业生自主选择职业的市场法则。现阶段,“双向选择”必须在国家政策指导下,在一定范围内实行。

“供需见面”是指供方(高等学校及毕业生)与需方(用人单位及主管部门)在一起经过协商洽谈,形成毕业生就业约定,提出毕业生就业方案。

经“双向选择”、“供需见面”达成就业协议的,毕业生和用人单位签订“就业协议书”,经学校和地方毕业生就业主管部门鉴证后,

协议有效,签约各方应严格遵守,不得违约。

### 第三节 大学生接受就业指导有何重要意义

#### 一、大学生接受就业指导有利于科学地制定自己的职业目标

上大学学习的目的不仅仅是取得学历、获得文凭,更重要的是获得知识、学到本领更好地为将来职业生涯发展提供竞争力。就业指导帮助大学生自觉、自主地做好职业预备,并把价值观同知识的学习、素质的发展、能力的提高协调起来,直至为其创业做好准备。就业指导在于帮助学生客观地认识自己的生理、心理特点,即个人特征,去发展适合自己兴趣、爱好的职业能力,把学习知识、发展素质、提高能力和调适自己的职业价值观有机地结合起来。由于受到社会职业发展和竞争的影响,人们不可能按照自己的职业意愿去实现职业理想,因此,在大学生的职业目标选择中把个人特征和社会需要结合起来,并在结合中去设计自己的职业发展规划,才是现实的。从人的职业生涯上来说,人的职业培养和适应性是持续在人有劳动能力的过程中的。有学者认为,就业指导不仅要使受指导者知业并知适于何业,且设法为之预备,助其入业,使之安于其业、乐于其业。万一入业不适宜,更当设法使之迁业,务所安居乐业之所。此意说明了就业指导的完整过程,而就业预备就在于目标选择的合理与准备的充分,这应体现在大学生职业生涯的规划之中。

#### 二、大学生接受就业指导有利于实现人生理想和人生价值

择业是人生关键性大事,它直接影响到个人的前途和发展,如果处理不好,将会在人生的道路上出现波折。一个人对社会贡献的大小、生活方式的选择以及发展与成才,在相当大的程度上取决

于所选择的职业。因此,职业的选择,是对未来发展道路的选择,是对人生幸福的选择。人的一生绝大部分精力用在工作上,如果所从事的职业与自己的兴趣相投,与能力相符,就会乐此不疲,不断努力,奋发成才,在职业实践中实现自己的价值。一般来说,大学毕业生涉世不深、经验不足、职业目标不确定,容易在众多的职业面前眼花缭乱、左顾右盼、无所适从、见异思迁。面临就业的选择,究竟应该怎样分析自己的主客观条件,怎样看待不同工作岗位的利弊得失,在市场经济不断发展、竞争日益加剧的环境下,如何把握机会,找到一个比较满意的工作岗位,心情愉快地走向社会,已成为大多数毕业生思考的焦点。而大学生就业指导正是帮助大学生对这些问题有一个正确的认识,并提供一些解决这些问题的途径和方法,找到理想的工作岗位,实现人生职业理想和人生价值。

### 三、大学生接受就业指导有利于大学生顺利、及时就业

大学毕业生能否顺利就业,关系到自身将来的发展成才和人生价值的实现,关系到国民经济的发展和社会的稳定,关系到教育目标的最终实现。当然,大学毕业生能否顺利就业主要取决于自身的素质及社会的需求。但在新的就业制度下,就业指导能帮助大学生用正确的价值观念、道德标准和行为规范参与求职择业活动,增强适应新的就业形势的能力,提供准确的社会需求信息和求职择业的基本技巧,从而为大学毕业生顺利就业搭起桥梁,铺平道路。

### 四、大学生接受就业指导有利于人力资源的合理配置

从近几年人才市场需求情况可看出这样一个事实,一方面“有的人无事做”,另一方面“有的事无人做”;一方面社会需要大量的知识分子,另一方面知识分子大量积压浪费。在市场经济条件下

如何合理地配置人力资源,已成为我们面临的突出问题。显然,走回头路,采用过去统包统配的计划手段,已不能适应新的形势。而就业指导就是要改变这种现象,使用用人单位了解各类专业情况和使用方向,了解劳动者的心理和生理特点,以便安排得合理、科学,使用得恰当、有效,使个人的才能、知识、兴趣与所从事的工作相吻合,人事相配,职能相称,人尽其才,才尽其用;使毕业生充分地了解社会发展对人才的需求,从而找到最能发挥自己才能的位置,使人力资源达到合理配置。

#### 第四节 学校在毕业生就业中的主导作用 体现在哪些方面

1. 开设校园毕业生就业市场,组织毕业生参加“供需见面”和“双向选择”活动,发挥学校作为毕业生供需信息主渠道的作用。学校将每年通过多种渠道,采用多种方式沟通与用人单位的联系,建立毕业生供需信息网络,广泛征集毕业生需求信息向毕业生公布,毕业生将主要从学校提供的信息中确定自己的就业意向,并在学校统一组织下参加“双向选择”活动,落实就业单位。

2. 对毕业生进行就业指导和就业培训。面临新的毕业生就业制度,毕业生在增加择业自主权的同时,产生了新的思想困惑,产生了新的现实问题,引发了新的矛盾。为了帮助毕业生顺利、及时就业,学校开设毕业生就业指导课,从就业形势分析、就业政策宣传、择业技巧训练、择业心理调适等各个方面对毕业生进行系统的指导和培训。

3. 学校在毕业生就业过程中做好两个服务。既为毕业生就业指导服务,也为用人单位搞好招聘服务。“双向选择”过程中,学校将在毕业生和用人单位之间充当良好的中介,积极向用人单位推荐毕业生,创造条件让毕业生与用人单位见面,想方设法促成用



人单位录用毕业生,同时,根据优生优分的原则,承担向用人单位推荐毕业生就业的义务。

4. 认真贯彻落实国家及地方的就业方针政策。实行“双向选择”就业制度后,学校在编制毕业生就业方案时,将严格按照国家、地方的就业方针政策把关,加强毕业生思想政治工作,合理确定毕业生择业范围,采取各种激励或约束措施,规范毕业生的择业行为,调控毕业生的就业流向,使之趋于合理,从而达到合理配置人才资源的目的。

5. 研究社会需求和毕业生就业情况,促进学校教育教学改革。毕业生就业的好坏直接影响高等教育的改革和发展,毕业生就业工作是学校人才培养与社会人才需求接轨的重要纽带,是学校进行体制改革、培养人才、提高人才素质的重要推动力,毕业生就业情况能够比较准确、灵活、及时地反馈社会人才需求的变化,从而为高等教育改革提供可靠的决策依据,促进高等教育事业的健康发展。

## 第五节 实行“双向选择”,为什么仍要求毕业生在一定的范围内选择就业

因为“双向选择”不是就业制度的根本改革,而是就业方法的改革,它是由原来的完全由国家计划分配,到毕业生自主择业的一种过渡性的就业形式,因此,“双向选择”不是自由择业,而要体现国家宏观调控的要求。现行的毕业生就业工作仍要坚持统筹安排,合理使用,加强重点,兼顾一般,面向基层,加强生产、科研、教学第一线的方针。在保证国家需要的前提下,贯彻学以致用、人尽其才的原则。

高等教育是为经济建设服务的,在任何时候,高等教育的改革必须与当时的国家经济发展状况和水平相适应。我国高校毕业生